

POPULARIZAÇÃO DA Toona sinensis ATRAVÉS DA CULINÁRIA ORIENTAL EM DOURADOS, MS

Autor(res)

Haydê Aparecida Gomes Da Silva Zimmer

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UFGD - UNIVERSIDADE FEDERAL DA GRANDE DOURADOS

Introdução

A Toona sinensis tem sido estudada desde a década de 1970, principalmente por seus compostos (terpenóides, alcaloides, fenilpropanóides, flavonóides e antraquinonas) e efeitos farmacológicos (antitumorais, antioxidantes, antidiabéticos e antiinflamatórios) (Peng et al., 2019). Conhecida como Cedro Chinês ou (na tradução literal) Primavera Perfumada (– Xiang-chun), tem sido aproveitada em raiz, casca, folhas e frutos e possui duas variedades, com pecíolos e brotos verdes ou roxos (Zhao et al., 2022). Trata-se de uma árvore caducifólia, da família Meliaceae, nativa da Ásia, usada na Medicina Tradicional Chinesa e na culinária oriental, e sendo plantada em cerca de 1 bilhão de metros quadrados do continente asiático (Liu; Zhang; Shi, 2019).

Há várias pesquisas farmacológicas da planta, como os estudos in vitro e in vivo de prevenção e redução da proliferação do câncer de pulmão (Yang et al., 2010) e leucemia (Kakumu et al., 2014).

Apesar dos conhecimentos sobre esta espécie e seu uso no oriente, não encontramos investigações no Brasil, exceto por alguns estudos dendrológicos sobre a família Meliaceae e o gênero Toona, que inclui 11 espécies (Fo; Botosso; Lisi, 2000), sendo mais comum no ocidente o conhecimento sobre a espécie australiana Toona ciliata.

Imigrantes asiáticos, que trouxeram sua culinária e seus costumes, introduziram a espécie no Brasil. No Mato Grosso do Sul, restaurantes vegetarianos orientais utilizam as folhas dessa espécie como tempero, tendo um sabor geralmente apreciado por brasileiros. Contudo, a árvore e as receitas ainda parecem pouco conhecidas, sendo relevante a divulgação de benefícios e potencialidades culinárias dessa espécie no Brasil, contribuindo para promover saúde a partir da alimentação.

Objetivo

Assim, considerando o exposto, o objetivo desse trabalho é explorar informações sobre a planta e discutir perspectivas para a popularização da espécie Toona sinensis, a partir de experiências na culinária oriental, na cidade de Dourados, MS.

Material e Métodos

A abordagem dessa pesquisa é qualitativa e descritiva, já que se trata de apresentar alguns estudos sobre a espécie, e relatar discussões com asiáticos e descendentes que utilizam essa espécie na culinária e em sua cultura alimentar, refletindo aspectos para a popularização do cedro chinês na alimentação brasileira.



Para a coleta de dados, utilizamos o caderno de campo, em que anotamos nossas impressões sobre o uso, as receitas e as vantagens do uso dessa planta, em conversas com imigrantes asiáticos e descendentes que utilizam essa planta. Em nossas conversas com os participantes, fizemos três perguntas:

1) Que partes do cedro chinês você utiliza em suas receitas?
2) Você conhece os benefícios dessa planta para a saúde?
3) Que receitas você indicaria para popularizar o uso dessa planta na alimentação brasileira?

Coletamos os dados em três pontos da cidade de Dourados (MS), conhecidos por comercializar produtos que utilizam o cedro chinês como ingrediente: um restaurante vegetariano natural, uma casa de chá, e uma loja de produtos vegetarianos congelados.

Os dados foram organizados e apresentados a partir de narrativas dos investigadores sobre seus apontamentos no caderno de campo e reflexões sobre perspectivas para a popularização da T. sinensis como parte de um contexto de alimentação saudável.

Resultados e Discussão

Em relação às discussões e respostas obtidas, apontamos os seguintes resultados:

Os respondentes utilizam predominantemente as folhas da planta como tempero, já que estas possuem um forte aroma e sabor semelhante ao alho e, por isso, tem sido utilizada como um substituto do alho. O alho tem sido reportado na literatura como um potente antibiótico natural (Bhatwalkar et al., 2021) e, por isso, em algumas culturas, evita-se de ser consumido, para evitar a seleção de bactérias gastrintestinais resistentes aos compostos antibióticos do alho (sendo então o alho considerado um medicamento específico para patologias de origem bacteriana e não algo para ser consumido diariamente). Adicionalmente, um dos participantes relatou que especificamente o consumo de alho afeta sua microbiota gastrintestinal, prejudicando a digestão dos alimentos e causando gastrite.

Muitos dos benefícios citados na literatura são mencionados pelos respondentes, como anticâncer, hipoglicemiante, melhoria do sistema circulatório, anti-inflamatório, anti-helmíntico, analgésico e melhoria do sistema gastrintestinal. Dois respondentes afirmaram não conhecer os benefícios da planta para a saúde. Por outra parte, foram destacados os nutrientes, como vitaminas B e C, os carotenos e proteínas. Zhao et al. (2022) mencionam a riqueza nutricional dessa planta, por ser fonte de minerais, proteínas, carboidratos, ácidos graxos, vitaminas, fibras, etc. Os autores também ressaltam que as folhas velhas não costumam ser consumidas por humanos, sendo recomendada para a alimentação de animais não-humanos.

O uso mais comum é da folha fresca ou seca, como tempero, em combinação com ovos, farinha de trigo, molho de tomate, molho de soja (shoyu) e vegetais refogados. Zhao et al. (2022) indicam que as folhas e os brotos muitas vezes são consumidos frescos ou fritos. Os participantes relatam o uso do cedro chinês em receitas, como panquecas, macarrão, pães, feijão, arroz, patês, tortas salgadas, farofas, caldos e molhos. Todavia, lembram que é melhor o uso de folhas mais jovens e evitar o consumo cru das folhas, já que estas possuem nitritos que podem ter um grau de toxicidade para o organismo. Assim, é melhor escaldar, cozinhar, refogar ou fritar as folhas do cedro chinês.

Por fim, para a popularização dessa planta na cidade, foram mencionados os três espaços já existentes, que são também ponto de encontro de pessoas interessadas no vegetarianismo, na alimentação saudável ou na culinária oriental, e a possibilidade de eventos culturais gastronômicos para discutir e vivenciar experiências com sabores, cores, odores e propriedades nutricionais e terapêuticas de alimentos e receitas orientais.

Conclusão



Considerando os diversos benefícios à saúde e as potencialidades do uso culinário da T. sinensis, ouvir as experiências de imigrantes e descendentes, sobre algumas receitas e o valor nutricional e terapêutico da planta, contribuiu para refletirmos também sobre estratégias de popularização desta planta na cidade de Dourados. Por exemplo, eventos gastronômicos poderiam aliar a exposição de culturas alimentares com ingredientes que promovam saúde e qualidade de vida para os cidadãos do local.

Referências

BHATWALKAR, S. B. et al. Antibacterial Properties of Organosulfur Compounds of Garlic (Allium sativum). Frontiers in Microbiology. v. 12, p. 1-20, jul. 2021. https://doi.org/10.3389/fmicb.2021.613077

FO, M. T.; BOTOSSO, P. C.; LISI, C. S. Potencialidade da família Meliaceae para dendrocronologia em regiões tropicais e subtropicais. In: ROIG, F. A. (ed.) Dendrocronología en América Latina. Mendoza, EDIUNC, 2000, pp. 381–431.

KAKUMU, A. et al. Phytochemical analysis and antileukemic activity of polyphenolic constituents of Toona sinensis. Bioorganic & Medicinal Chemistry Letters. v. 24, n. 17, p. 4286-4290, set. 2014. https://doi.org/10.1016/j.bmcl.2014.07.022

LIU, B.; ZHANG, J.; SHI, Y. Complete chloroplast genome of Toona sinensis (Meliaceae), a goluptious 'tree vegetables'. Mitochondrial DNA Part B: Resources. v. 4, n. 2, p. 3025-3026, set. 2019. https://doi.org/10.1080/23802359.2019.1666664

PENG, W. et al. Toona sinensis: a comprehensive review on its traditional usages, phytochemisty, pharmacology and toxicology. Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 29, n. 1, p. 111–124, jan. 2019. https://doi.org/10.1016/j.bjp.2018.07.009

YANG, C. et al. Antiproliferative and Antitumorigenic Activity of Toona sinensis Leaf Extracts in Lung Adenocarcinoma. Journal of Medicinal Food. v. 13, n. 1, p. 54-61, fev. 2010. https://doi.org/10.1089/jmf.2009.1166

ZHAO, Q. et al. Research Advances in Toona sinensis, a Traditional Chinese Medicinal Plant and Popular Vegetable in China. Diversity. v. 14, n. 572, p. 1-14, 2022. https://doi.org/10.3390/d14070572